**<http://verde.latam.msn.com/especiales/hora-del-planeta-2011/default.aspx>**

¿Qué es la Hora del Planeta?

**Un 'ABC' sobre el significado de esta iniciativa mundial que se desarrolla el 26 de marzo a nivel mundial.**



La Hora del Planeta

**- La Hora del Planeta es una iniciativa mundial de la Organización Mundial de Conservación (WWF),** coordinada en nuestro país por la Fundación Vida Silvestre Argentina, que invita a apagar la luz por una hora para demostrar en forma simbólica que gobiernos, empresas e individuos, trabajando juntos, pueden hacer una diferencia en relación al cambio climático.  
  
**- La movida comenzó el 31 de marzo de 2007** cuando Sydney, Australia, y WWF decidieron apagar la ciudad entera durante una hora como símbolo de su posición contra el cambio climático y a favor de un planeta vivo. En 2010, La Hora del Planeta se expandió por el mundo. Más de 125 países de los de los 7 continentes, incluida la Antártida, participaron de la campaña. Se apagaron más de 1.300 monumentos y edificios emblemáticos, entre ellos, el Obelisco.  
  
**- La Hora del Planeta es un acto simbólico.** Apagar la luz durante una hora NO tiene como objetivo AHORRAR ENERGÍA. El objetivo es generar un espacio para pensar en el Planeta y en las consecuencias del accionar humano. Es una manera en que las personas se pueden involucrar y exigir acción dondequiera que estén. Es una forma fácil de participar sin importar la ubicación, edad, raza, religión o nivel de ingresos.  
  
**Cuándo es La Hora del Planeta 2011?**   
- En 2011 La Hora del Planeta tendrá lugar el sábado 26 de marzo a las 20:30 hs, cuando cientos de millones de personas en todo el mundo apaguen sus luces durante una hora, para hacer un llamado de acción simbólico contra el cambio climático.

**Tips para ahorrar energía**

* **[](http://verde.latam.msn.com/especiales/hora-del-planeta-2011/articulo.aspx?cp-documentid=27894756)** [**¿Y yo qué puedo hacer?**](http://verde.latam.msn.com/especiales/hora-del-planeta-2011/articulo.aspx?cp-documentid=27894756)

Te presentamos 60 fáciles consejos para poner en práctica y darle un respiro a tu Planeta. En tu casa, en tu trabajo, cuando vas a vacaciones. Ahorrar energía es más fácil que lo que piensas.

Fundación Vida Silvestre Argentina, 04/03/2011

60 Cambios para el Cambio

**Simples consejos para darle un respiro a tu Planeta.**



Foto: Getty Images

**Hogar, dulce y sustentable hogar**  
  
1. Al poner el lavarropas o el lavavajillas, ajustá la capacidad al máximo y utilizá programas de baja temperatura. Vas a ahorrar energía y tu ropa, al lavarse con agua más fría, durará más tiempo.  
  
2. Mientras te lavás los dientes o te enjabonás en la ducha, cerrá la canilla de agua.  
  
3. Apagá los aparatos eléctricos y a gas que no estén siendo utilizados.  
  
4. Desconectá los aparatos -TV, microondas, equipos de audio, DVD y PCs- que estén en stand by, pues siguen consumiendo energía y no producen ningún beneficio.  
  
5. A la hora de comprar un electrodoméstico, optá por los más eficientes (Clasificación A).   
Guíate con la ETIQUETAS DE EFICIENCIA ENERGÉTICA que están pegadas sobre los artefactos para conocer su consumo energético y otras características importantes.



Foto: Getty Images

**Podés ahorrar tanto con tu freezer y heladera, ¡que te vas a quedar helado!**  
  
6. Regulá el termostato de la heladera para mantener la temperatura interior entre 2º C y 4º C.  
  
7. Instalá la heladera o el freezer lejos de fuentes de calor, como hornos, termotanques o lugares donde la luz solar incida directamente sobre ellos. Y dejá un espacio entre el equipo y la pared para permitir la circulación de aire y, de esa forma, facilitar su ventilación.  
  
8. Verificá que las puertas cierren herméticamente para evitar fugas de aire.  
  
9. Evitá que la puerta de la heladera o freezer permanezca abierta durante mucho tiempo.  
  
10. Enfriá los alimentos o bebidas a temperatura ambiente antes de almacenarlos en la heladera. Si se los coloca calientes, se produce un consumo de energía innecesario.  
  
11. Descongelá la heladera o el freezer periódicamente, de acuerdo con las indicaciones del fabricante.  
  
12. Mantené limpia la rejilla ubicada en la parte posterior del equipo. En algunos casos, si la heladera no tiene rejilla, la refrigeración se produce a través de las paredes laterales. Por eso, no es conveniente pegar papeles o imanes sobre ellas.  
  
13. Descongelá el freezer antes de que la capa de hielo alcance 3mm de espesor: ¡podés ahorrar hasta el 30% de energía!



Foto Getty Images

**Varios consejos para que se te prenda la lamparita... de bajo consumo**  
  
14. Apagá las luces de los ambientes que están desocupados.  
  
15. Reemplazá las lámparas que más horas al día permanecen encendidas por lámparas de bajo consumo. Consumen 75% menos de energía y duran 6 veces más.  
  
16. Implementá sistemas de control en las lámparas como, por ejemplo, detectores de movimiento y presencia, células fotosensibles y temporizadores, para evitar que éstas permanezcan encendidas innecesariamente.  
  
17. Regulá el nivel de iluminación artificial en función de la iluminación natural para poder aprovechar la luz del sol y disminuir el consumo de energía eléctrica.  
  
18. Pintá las paredes de los ambientes de colores claros, para aprovechar al máximo la iluminación natural. Un consejo extra: usá pinturas de látex en lugar de pinturas al óleo. La pintura de látex libera menos vapores nocivos durante el secado.  
Cuidar el ambiente en el trabajo, es un gran trabajo

19. Apagá la computadora y la pantalla durante la comida y al final de la jornada. Al contrario de lo que muchos creen, los protectores de pantalla no ahorran energía.  
  
20. Programá la pantalla de tu computadora para que se apague cuando no se utilice. Hacelo desde el Panel de Control con las opciones de protección de pantalla.  
  
21. Apagá las luces cuando salgas de la oficina. No enciendas las luces que no estés utilizando, aprovecha la zonificación (encendido y apagado por zonas).  
  
22. Reciclá y reutilizá el papel. Reutilizá las caras blancas de los documentos impresos. Fotocopiá e imprimí a doble cara. Existen en el mercado fotocopiadoras e impresoras que lo permiten.  
  
23. Si podés elegir, optá por las laptops en lugar de las computadoras de escritorio. Consumen 5 veces menos electricidad.   
  
24. Si tenés que tener una computadora de escritorio, tratá de que la pantalla sea LCD, ya que consumen menos energía que los monitores comunes.  
  
25. No viajes si realmente no es imprescindible. Aprovechá el teléfono, e-mail, skype y las videoconferencias siempre que sea posible.  
  
26. Si vas a comprar una nueva computadora, que la eficiencia en el uso de la energía sea la prioridad. Busca las etiquetas de "Energy Star" en los productos que compres.  
  
27. Reducí el brillo de tu monitor: el modo más brillante consume el doble de energía que el modo con menos brillo.  
  
28. Apagá cualquier periférico que no uses, como impresoras, escáners y bocinas, cuando no estén en uso.  
Si te vas a transportar, ¡no te olvides de ahorrar!

29. Los trayectos cortos, hacelos caminando o en bicicleta. Un recorrido en auto de menos de 3 km, contamina más debido a que el motor está frío y su combustión no es óptima.  
  
30. Procurá trasladarte en transporte público, como trenes, subtes o colectivos.   
  
31. Evitá el avión en trayectos de menos de 500 km.  
  
Si de verdad necesitás el auto:   
  
32. Coordiná con familiares o amigos para viajar juntos.  
  
33. Apagá el motor en paradas de más de 60 segundos.  
  
34. Comprobá la presión de los neumáticos, ya que una mínima diferencia con lo correcto puede aumentar el consumo de combustible alrededor de un 5%.



Foto: Getty Images

**¿Vas de compras? Acá hay un par de ideas de remate**  
  
35. Ante todo, respondete las siguientes preguntas: ¿Necesito lo que voy a comprar? ¿Quiero satisfacer un deseo? ¿Estoy eligiendo por mi mismo o es una compra compulsiva? ¿Cuántos tengo ya? ¿Podría pedirlo prestado a un amigo o a un familiar?   
  
36. Comprá productos locales y de estación. Lo mejor es optar por productos de estación que puedan ser adquiridos localmente, ya que mientras menor sea su recorrido antes de llegar a tu mesa, menor es el impacto y la contaminación que genera su transporte.  
  
37. Comprá alimentos orgánicos. Debido a que la agricultura orgánica no utiliza pesticidas tóxicos, que a menudo terminan en el suelo, aire y agua, la elección de los productos ecológicos pueden beneficiar tu salud y el medio ambiente.  
  
38. Usá tu propia bolsa en lugar de las bolsas de plástico o de papel que te entregan en los comercios. Podés reducir significativamente la presencia de estos residuos plásticos, que tardan alrededor de 150 años en biodegradarse!  
  
39. Convertite en un comprador informado. Cuando salgas de compras, buscá las etiquetas de los productos, y optá por aquellos que indiquen que el producto fue producido de manera sostenible y ambientalmente amigable.  
  
40. Elejí la madera de origen sostenible. Asegurate de que todos los productos de la madera que compres - sillas de jardín, papel y sobres - lleven el sello del Forest Stewardship Council (FSC). Si no encontrás productos certificados por FSC en tu comercio, por favor, pedile al gerente de la tienda que lo suministre.  
  
41. Si vas a comprar merluza, tratá de que el filete sea de más de 25 cm! Seguí nuestros consejos de consumo y recetas con pescados en www.vidasilvestre.org.ar/merluza   
  
42. Cuanto menos envase, mejor. El embalaje del producto es sólo un desperdicio. Lo que realmente te interesa es lo que está en el interior. Elegí productos con poco envase o envases tipo repuesto.  
Consejos para climatizar ambientes en forma eficiente  
  
43. A partir de 2009, podés elegir los equipos de acondicionadores de aire más eficientes! Ya es obligatorio que estos artefactos incluyan la etiqueta de eficiencia energética. Acordate, la opción A es siempre la mejor! A la larga, nuestro bolsillo y el medio ambiente nos lo agradecerán.  
  
44. Mantené limpios los filtros del equipo de aire acondicionado y realizá un mantenimiento periódico para que trabaje en las condiciones adecuadas. De esta manera, evitás un consumo extra de energía.  
  
45. Implementá el uso de sensores de temperatura y temporizadores que controlen el encendido y apagado en forma automática del equipo de aire acondicionado.  
  
46. Es importante no sobrecalentar ni sobre enfriar los ambientes. En cualquier caso, una diferencia de temperatura con el exterior superior a 12ºC no es saludable.



Foto: Getty Images

**EN INVIERNO:**  
  
47. Para evitar pérdidas de calor, aislá la casa o el edificio, bajá las persianas y durante la noche, cerrá las cortinas.  
  
48. Cuando el acondicionador de aire funciona en modo calor, no es conveniente aumentar la temperatura por encima de los 20ºC.  
  
49. Mientras aireas la casa, apagá la calefacción. Con mantener 10 minutos las ventanas abiertas, obtenés una correcta ventilación y ahorrás energía.  
  
50. Aprovechá la luz solar para calentar el ambiente. Así, disminuís la energía requerida por el equipo para la calefacción.  
  
**EN VERANO:**  
  
51. Para evitar el calentamiento de la casa, instalá toldos, cerrá las persianas y corré las cortinas durante el día.   
  
52. Aprovechá la ventilación natural para disminuir el uso del equipo de aire acondicionado. Ventilá la casa cuando el aire de la calle sea más fresco (primeras horas de la mañana y durante la noche).  
  
53. Un ventilador, preferentemente de techo, puede ser suficiente para mantener un adecuado confort.  
En caso imprescindible de instalar un acondicionador de aire, tené en cuenta lo siguiente:  
  
54. Cuando el acondicionador de aire funciona en modo frío, no es conveniente mantener la temperatura por debajo de los 24ºC.  
  
55. Cerrá las ventanas y puertas, mientras tengas el acondicionador de aire encendido.   
  
56. Colocá el aparato evitando la incidencia del sol para consumir menos energía a la hora de refrigerar el ambiente.



Foto: Getty Images

**En tus vacaciones, dale un descanso al planeta**  
  
57. Si visitás ecosistemas sensibles, informate de cómo hacerlo para causar el menor impacto posible y no degradarlos.  
  
58. Al comprar regalos y recuerdos buscá productos que sean expresión de la cultura local. Favorecerás la economía de los pueblos de la zona y la diversidad cultural.  
  
59. En tu destino, disfrutá conociendo la cultura, costumbres, gastronomía y tradiciones de las poblaciones locales. Respetalas y acercate a ellas, tienen mucho que contarte.  
  
60. Tratá de contribuir con tu presencia al desarrollo de un turismo responsable y sostenible, construyendo con tu viaje un planeta más saludable y solidario.